

**Режим дня детей средней группы  
(на период: осень – зима - весна)**

<b>Возраст детей 4-5 лет</b>	<b>Холодный период</b>
<b>Самостоятельная деятельность детей</b> (игровая, двигательная, продуктивная)	07.00 - 08.10
Утренняя гимнастика	08.10 - 08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20 - 08.50
<b>Самостоятельная деятельность</b> (индивидуальная работа)	08.50 - 09.00
<b>НОД</b> (общая длительность, включая перерывы)	09.00 – 10.00
Динамическая пауза, второй завтрак	10.00 - 10.15
Подготовка к прогулке, прогулка	10.15 - 12.00
Возвращение с прогулки	12.00 - 12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10 - 12.40
Подготовка ко сну	12.40 - 12.50
Дневной сон	12.50 - 15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, закаливающие процедуры, игры.	15.00 - 15.25
<b>Самостоятельная деятельность</b> (индивидуальная работа)	15.25 - 15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40 - 16.00
<b>Самостоятельная деятельность</b>	16.00 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.00 - 19.00

**Режим дня детей средней группы  
(на период: осень – зима - весна)  
с учетом климатических условий**

<b>Возраст детей 4-5 лет</b>	<b>С учетом климатических условий</b>
<b>Самостоятельная деятельность детей</b> (игровая, двигательная, продуктивная)	07.00 - 08.10
Утренняя гимнастика	08.10 - 08.20
Подготовка к завтраку, завтрак	08.20 - 08.50
<b>Самостоятельная деятельность</b> (индивидуальная работа)	08.50 - 09.00
<b>НОД</b> (общая длительность, включая перерывы)	09.00 – 10.00
Динамическая пауза, второй завтрак	10.00 - 10.15
Самостоятельная и совместная деятельность детей и взрослых в центрах активности	10.15 - 12.10
Подготовка к обеду, обед	12.10 - 12.40
Подготовка ко сну	12.40 - 12.50
Дневной сон	12.50 - 15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, закаливающие процедуры, игры.	15.00 - 15.25
<b>Самостоятельная деятельность</b> (индивидуальная работа)	15.25 - 15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40 - 16.00
<b>Самостоятельная деятельность</b>	16.00 – 17.00
Самостоятельная и совместная деятельность детей и взрослых в центрах активности, уход домой	17.00 - 19.00

## Режим дня детей средней группы (щадящий режим)

Возраст детей 4-5 лет	Для ослабленных и после болезни детей
Самостоятельная деятельность детей (игровая, двигательная, продуктивная)	07.00 - 08.10
Утренняя гимнастика	08.10 - 08.20
Совместная деятельность, подготовка к завтраку, завтрак	08.20 - 08.50
<b>Самостоятельная деятельность</b> (индивидуальная работа)	08.50 - 09.00
<b>НОД</b> (общая длительность, включая перерывы) (физкультурная – по разрешению врача, музыкальная – с контролем за утомляемостью ребенка, бассейн – 1-2 недели мед.отвод.)	09.00 – 10.00
Динамическая пауза, второй завтрак	10.00 - 10.15
Подготовка к прогулке, прогулка (первыми выходят на прогулку, индивидуальный режим прогулки, особое внимание уделять физической нагрузке)	10.15 - 12.00
Возвращение с прогулки	12.00 - 12.10
Подготовка к обеду, обед (первыми начинают обедать)	12.10 - 12.40
Подготовка ко сну	12.40 - 12.50
Дневной сон (первыми укладывают, последними поднимают)	12.50 - 15.00
Постепенный подъем, бодрящая гимнастика, закаливающие процедуры и игры (щадящий режим).	15.00 - 15.25
<b>Самостоятельная деятельность</b> (индивидуальная работа)	15.25 - 15.40
Подготовка к полднику, полдник	15.40 - 16.00
<b>Самостоятельная деятельность</b>	16.00 – 17.00
Подготовка к прогулке, прогулка, уход домой	17.00 - 19.00

**Режим дня детей средней группы  
(на период: лето)**

07.00-08.20	Прием детей на участке, игры, беседы с родителями.
08.20-08.30	Утренняя гимнастика.
08.30-08.40	Возвращение в группу. Подготовка к завтраку.
08.40-09.00	<b>Завтрак.</b>
09.00-09.15	Подготовка к прогулке. Выход на прогулку (по подгруппам).
10.00	<b>Второй завтрак.</b>
09.15-12.00	Прогулка. Самостоятельная и совместная деятельность детей и взрослых: игровая, творческая, исследовательская, двигательная (по расписанию).
до 11.00	Солнечные и воздушные ванны.
12.00-12.10	Возвращение с прогулки детей I подгруппы.
12.10-12.20	Возвращение с прогулки детей II подгруппы.
12.15-12.30	Подготовка к обеду. Гигиенические процедуры.
12.30-12.55	<b>Обед.</b>
12.55-13.10	Подготовка ко сну.
13.10-15.10	Дневной сон.
15.10-15.20	Постепенный подъем. Закаливающие процедуры.
15.20-15.50	Самостоятельная деятельность детей в центрах активности.
15.50-16.00	Подготовка к полднику.
16.00-16.20	<b>Полдник.</b>
16.20-16.30	Подготовка к прогулке.
16.30-19.00	Прогулка. Самостоятельная и совместная деятельность детей и взрослых: игровая, творческая, исследовательская, двигательная. Беседы с родителями.
19.00	<b>Уход домой.</b>

**Режим дня детей средней группы  
(на период: лето)  
с учетом климатических условий**

07.00-08.20	Прием детей, игры, беседы с родителями.
08.20-08.30	Утренняя гимнастика.
08.30-08.40	Подготовка к завтраку.
08.40-09.00	<b>Завтрак.</b>
10.00	<b>Второй завтрак.</b>
09.00-12.15	Самостоятельная и совместная деятельность детей и взрослых в центрах активности (по расписанию).
12.15-12.30	Подготовка к обеду. Гигиенические процедуры.
12.30-12.55	<b>Обед.</b>
12.55-13.10	Подготовка ко сну.
13.10-15.10	Дневной сон.
15.10-15.20	Постепенный подъем. Закаливающие процедуры.
15.20-15.50	Самостоятельная деятельность детей в центрах активности.
15.50-16.00	Подготовка к полднику.
16.00-16.20	<b>Полдник.</b>
16.20-19.00	Самостоятельная и совместная деятельность детей и взрослых в центрах активности. Беседы с родителями.
19.00	<b>Уход домой.</b>